# Mycose digestive

- Les mycoses ne sont pas uniquement visibles à la surface du corps, mais elles peuvent aussi se développer sur certains organes internes : tube digestif, œsophage, intestins.
- Quelle est l'origine de la **mycose digestive** ? Comment l'identifier et la soigner au mieux ?

# Mycose digestive : définition

- Les mycoses internes touchent essentiellement le système digestif, depuis la mastication des aliments (bouche, langue) jusqu'à leur évacuation (intestins), en passant par les organes qui digèrent (le tube digestif, l'estomac, l'oesophage).

# Mécanisme

- Tous ces organes internes comportent des muqueuses, qui sont le nid de certains champignons. Leur présence est naturelle.
- En revanche, un état de santé déficient, une mauvaise nutrition trop riche en sucres ou encore un stress permanent peuvent modifier l'état de la flore et mettre à mal nos muqueuses.
- Les champignons se multiplient alors de façon désordonnée.
- C'est ainsi que la muqueuse digestive se « surpeuple » de son hôte : le **Candida albicans**. Ce dernier, un champignon que l'on retrouve aussi au niveau de la bouche et des autres muqueuses, occasionne la candidose.

# Types de mycoses digestives

- La mycose digestive peut s'étendre :
- à la bouche ;
- au tube digestif ;
- à l'oesophage, entraînant une mycose de l'oesophage ;
- à l'intestin, engendrant une mycose intestinale.

# Symptômes

- Quelques troubles simultanés peuvent alerter :
- une fatigue inhabituelle et persistante, des troubles du sommeil ;
- des migraines ;
- des allergies, des problèmes cutanés (acné, eczéma) ;
- des infections gynécologiques ou des infections urinaires ;
- des troubles digestifs chroniques : ballonnements, gaz, douleurs et/ou aigreurs d'estomac.
- Bien que n'étant pas forcément dus à une mycose digestive, ces troubles peuvent néanmoins en être des symptômes. Il est donc important de consulter.
- **Bon à savoir** : le médecin peut être amené à réaliser une coproculture, c'est-à-dire une culture bactériologique de selles, pour déceler la présence éventuelle de la mycose.

# Importance du diagnostic

- La mycose digestive se soigne bien, mais les récidives peuvent être fréquentes. Certaines personnes sont en effet plus prédisposées que d'autres à développer des candidoses :
- Il est donc important de comprendre d'où vient la mycose : stress, mauvaise alimentation, suralimentation, diabète ignoré, etc.
- Cela permet, quand c'est possible, d'agir sur la cause et d'éviter les mycoses chroniques.
- **La consultation d'un médecin est toujours indispensable** pour valider le diagnostic et ne pas confondre une autre maladie de l'appareil digestif avec une mycose.
- Une fois le diagnostic posé, le médecin prescrira le **traitement antifongique** nécessaire à la disparition de la mycose.

# Prévention de la mycose digestive

- Quelques **gestes préventifs** sont à prendre pour éviter de développer une mycose digestive :
- avoir une alimentation équilibrée ;
- éviter les excès de sucreries, de sodas, de boissons alcoolisées ;
- bien se laver les mains pour préparer le repas et avant de se mettre à table ;
- bien laver les fruits et les légumes ;
- lors d'un traitement antifongique, réduire voire supprimer les glucides (pain, pommes de terre...) et les fromages fermentés.

# Mycose de la bouche

- Il existe plusieurs types de mycoses de la bouche et de la langue :

- Le muguet : il atteint la bouche, la langue et le pourtour des lèvres et ressemble à une pâte blanchâtre.
- La perlèche (candidosique) : elle atteint plutôt le coin des lèvres, lesquelles peuvent se fendiller et présenter de petites croûtes.
- La langue noire (candidosique) : c'est une coloration de la langue due à un développement anormal de levures sur la langue.

© BSIP / Wellcome

# La candidose : principale mycose de la bouche

- Si les champignons de la mycose ne sont pas tous les mêmes et entraînent divers types de mycoses, les mycoses de la bouche sont toutes dues au Candida albicans, et sont donc toutes de type candidose.

# Diagnostic et prévention

- Dans chaque cas de mycoses (muguet, perlèche, langue noire), il est nécessaire de consulter un médecin pour établir le diagnostic exact :
- Par exemple, la langue noire n'est pas forcément causée par un champignon (même chose pour la perlèche).
- Il faut donc bien différencier l'**origine bactérienne** de l'**origine mycosique.**
- Pour éviter les mycoses de la bouche et de la langue, il est important d'adopter certains gestes deprévention contre les mycoses.

# Personnes à risque

- Il est évident que certaines personnes sont plus disposées aux mycoses que d'autres :
- les personnes au **système immunitaire déficient** (patients immunodéprimées, patients ayant des traitements lourds pour soigner des maladies telles que : le cancer, les problèmes cardiaques, etc.) ;
- les **diabétiques** ;
- les **bébés**, dont le terrain est encore fragile et les défenses pas aussi développées que chez un adulte ;
- les **personnes âgées** (leur terrain est également fragilisé du fait de l'âge).
-